

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG**

Lansia adalah proses menjadi lebih tua dengan umur mencapai 55 tahun keatas. Pada lansia akan mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial. Salah satu contoh kemunduran fisik pada lansia adalah rentannya lansia terhadap penyakit, khususnya penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif yang umumnya di derita lansia salah satunya adalah hipertensi (Nugroho, 2008).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi, kadang-kadang disebut juga dengan hipertensi arteri, adalah kondisi medis kronis dengan tekanan darah di arteri meningkat. Peningkatan ini menyebabkan jantung harus bekerja lebih keras dari biasanya untuk mengedarkan darah melalui pembuluh darah. Tekanan darah melibatkan dua pengukuran, sistolik dan diastolic, tergantung apakah otot jantung berkontraksi (*systole*) atau berelaksasi di antara denyut (*diastole*). Tekanan darah normal pada saat istirahat adalah kisaran sistolik 100-140 mmHg dan diastolik 60-90 mmHg. Tekanan darah tinggi terjadi bila terus-menerus berada pada 140/90 mmHg atau lebih (Bustan, 2000).

Tekanan darah tinggi dianggap sebagai faktor resiko utama bagi berkembangnya penyakit Jantung dan berbagai penyakit vaskuler pada orang yang telah lanjut usia, hal ini disebabkan ketegangan yang lebih tinggi dalam arteri sehingga menyebabkan hipertensi.

Faktor penyebab terjadinya hipertensi dibagi menjadi 2 yaitu hipertensi esensial/primer: hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya dan ada

kemungkinan karena faktor keturunan atau genetik dan hipertensi sekunder: hipertensi yang merupakan akibat dari adanya penyakit lain (Adib, 2009).

Berdasarkan prevalensi kasus hipertensi di Provinsi Jawa Tengah mengalami penurunan pada tahun 2011 dari 6,3 % menjadi 5,4 % pada tahun 2012. Prevalensi tertinggi adalah di Kabupaten Sukoharjo sebesar 15%. Sedangkan kasus hipertensi lain di Provinsi Jawa Tengah tahun 2012 sebesar 0,70%, mengalami penurunan bila dibandingkan prevalensi tahun 2011 sebesar 0,80% (Dinkes, 2012).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2012, kasus hipertensi di seluruh Kabupaten Sukoharjo ditemukan sebanyak 17.920 penderita, dan pada tahun 2013 data Dinas Kesehatan Sukoharjo ,menunjukkan 19.920 penderita hipertensi di seluruh Kabupaten Sukoharjo, kemudian berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Sukoharjo bahwa angka hipertensi di Puskesmas Kartasura pada tahun 2013 menduduki peringkat ke-2 dari 12 Puskesmas se-Kabupaten Sukoharjo yaitu sebesar 6619 kasus setelah Puskesmas Sukoharjo sebanyak 6771 kasus (Dinkes Sukoharjo, 2013).

Faktor-faktor yang merupakan risiko hipertensi adalah umur semakin tua, riwayat keluarga dengan hipertensi, kebiasaan mengkonsumsi makanan asin, tidak biasa olahraga, obesitas, jenis kelamin, kebiasaan merokok, kebiasaan minum minuman beralkohol dan stress kejiwaan (Elsanti, 2009).

Lansia sering terkena hipertensi disebabkan oleh kekakuan pada arteri sehingga tekanan darah cenderung meningkat. Selain itu kebanyakan lansia dalam pola makannya masih salah karena masih banyak lansia yang suka mengkonsumsi makanan yang asin terutama makanan yang

mengandung lemak jenuh serta garam kadar tinggi. Kandungan natrium dalam garam yang berlebihan dapat menahan air retensi sehingga meningkatnya jumlah volume darah yang dapat menyebabkan hipertensi (Yekti, 2011).

Berdasarkan data diatas, peneliti ingin mengetahui adakah hubungan pengetahuan tentang Hipertensi, asupan lemak dan natrium dengan status gizi di posyandu lansia, Gonilan, Kartasura, Sukoharjo.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini apakah ada hubungan pengetahuan tentang Hipertensi dan asupan lemak dan natrium dengan status gizi di Posyandu Lansia, Gonilan, Kartasura, Sukoharjo?

## **C. TUJUAN PENELITIAN**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui adakah hubungan pengetahuan tentang Hipertensi dan asupan lemak dan natrium dengan status gizi di Posyandu Lansia, Gonilan, Kartasura, Sukoharjo

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan lansia di Posyandu Lansia terhadap Hipertensi dan asupan lemak dan natrium
- b. Mengetahui asupan lemak dan natrium lansia di Posyandu Lansia .
- c. Mengetahui status gizi lansia di Posyandu Lansia.

- d. Menganalisis hubungan pengetahuan tentang Hipertensi dengan status gizi lansia di Posyandu Lansia.
- e. Menganalisis hubungan asupan lemak dengan status gizi lansia di Posyandu Lansia.
- f. Menganalisis hubungan asupan natrium dengan status gizi lansia di Posyandu Lansia.
- g. Menginternalisasi nilai-nilai keislaman di bidang gizi dan kesehatan.

#### **D. MANFAAT PENELITIAN**

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

##### **1. Bagi Lansia**

Menambah pengetahuan lansia dan mengetahui status gizi untuk meningkatkan derajat kesehatan di Posyandu Lansia, Gonilan, Kartasura, Sukoharjo.

##### **2. Bagi Posyandu**

Memberikan informasi status gizi lansia dan sebagai sumber data bagi Posyandu Lansia, Gonilan, Kartasura, Sukoharjo.